

**PENGALAMAN PENGASUHAN *SINGLE MOTHER* YANG MEMILIKI  
ANAK DISABILITAS INTELEKTUAL  
(Studi *Interpretative Phenomenological Analysis*)**

Aulia Fauzya Ramadhani  
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
[auliafr@gmail.com](mailto:auliafr@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Single mother* memiliki peran yang besar karena dalam kesehariannya harus menjalankan peran ganda. Apalagi jika *single mother* memiliki anak disabilitas intelektual yang memerlukan perhatian dan penanganan khusus. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui dan memahami bagaimana pengalaman pengasuhan seorang *single mother* yang memiliki anak disabilitas intelektual. Subjek dalam penelitian ini diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakteristik subjek yakni seorang *single mother* yang mengalami perceraian dan memiliki anak disabilitas intelektual. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), dengan menggunakan wawancara semi terstruktur. Pada penelitian ditemukan tiga tema induk yaitu (1) tema yang terkait dengan penyesuaian diri, (2) tema yang terkait dengan pengasuhan dan, (3) tema yang terkait dengan keberadaan anak. Terdapat faktor yang terkait dengan penyesuaian diri *single mother* dengan anak disabilitas intelektual seperti adanya dukungan dari keluarga atau lingkungan, keterlibatan mantan suami dalam pengasuhan, tekanan yang muncul dari luar, serta cara masing-masing subjek menanggulangi tekanan yang dialami. Pada tema pengasuhan anak ditemukan peran ketiga subjek dalam upaya merawat dan mendidik anak serta adanya perasaan yang muncul dalam proses pengasuhan. Sementara itu, penelitian ini juga mendapatkan gambaran penilaian positif *single mother* terhadap anak disabilitas intelektual yaitu perasaan bangga dan menganggap anak sebagai penyemangat hidup ataupun ladang pahala, serta ditemukan juga adanya penilaian negatif seperti perasaan malu pada kondisi anak. Meskipun demikian, ternyata ketiga subjek memiliki harapan yang hampir sama yaitu menginginkan anak hidup mandiri dan dapat menjalani kehidupan seperti orang normal lainnya di kemudian hari.

Kata kunci : *pengasuhan, single mother, disabilitas intelektual.*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pernikahan merupakan peristiwa penting dalam kehidupan seorang individu, dimana dua orang insan manusia mengikat janji setia sebagai sepasang suami istri hingga akhir hayat nanti. Undang-Undang Nomor 1 Pasal 1 Tahun 1974 mendefinisikan pernikahan sebagai ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Harapan dari sebuah pernikahan adalah menciptakan keluarga yang harmonis sehingga mencapai kepuasan dalam perkawinan. Untuk mencapai kepuasan dalam perkawinan tidak hanya kebutuhan biologis saja yang dibutuhkan namun juga harus memenuhi kebutuhan afektif seperti perasaan dicintai dan mencintai, rasa kasih sayang, perhatian, menjalani hidup dalam keadaan sedih dan senang bersama-sama, saling mengenal satu sama lain, berkomitmen, saling bantu dan mendukung serta menjaga komunikasi antar pasangan. Pada penelitian Srisusanti dan Zulkaida (2013) ditemukan bahwa terdapat tiga faktor yang dominan pada istri dalam mencapai kepuasan perkawinan yaitu hubungan interpersonal dengan pasangan, partisipasi keagamaan dan kehidupan seksual.

Ketika aspek-aspek kepuasan perkawinan tidak terpenuhi maka akan menimbulkan ketidakpuasan dalam suatu hubungan yang dapat memicu munculnya permasalahan hingga berujung pada perceraian. Perceraian merupakan kulminasi

dari penyesuaian perkawinan yang buruk, dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak (Hurlock, 2012). Pada penelitian Nur'aeni dan Dwiyanti (2009) terungkap bahwa penyebab perceraian pada perempuan disebabkan karena adanya pihak ketiga, atau suami berselingkuh, suami tidak bekerja, krisis akhlak suami atau suka judi, dan campur tangan keluarga. Data Dirjen Bimas Islam Kementerian Agama RI pada tahun 2010 menerangkan bahwa faktor ekonomi merupakan penyebab terbanyak dalam kasus perceraian dan 70% yang mengajukan perceraian adalah istri yang beralasan bahwa suami tidak dapat memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga (Panjaitan, 2015).

Perceraian akan mengubah status seorang istri yang memiliki suami menjadi janda atau *single mother*. Setelah resmi bercerai, seorang *single mother* akan merasakan dampak psikologis. Beberapa *single mother* merasa bahagia, lega dan tenang karena akhirnya terlepas dari belenggu kehidupan rumah tangga yang dirasa menyakitkan hati, namun ada juga yang merasakan perasaan negatif seperti rasa bersalah, penyesalan, kesepian, ketidakberdayaan, harga diri rendah, rasa malu dan kecemasan (Nur'aeni & Dwiyanti, 2009).

Setelah perceraian berlalu, *single mother* kembali menata hidupnya. Beberapa memilih untuk memaafkan mantan suami dan memulai hidup baru. Penelitian Maulida dan Sari (2016) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara memaafkan dengan kesejahteraan psikologis pada wanita yang bercerai. Semakin tinggi tingkat memaafkan pada wanita yang bercerai maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Kesejahteraan

psikologis ditunjukkan *single mother* dengan adanya penilaian yang positif terhadap pengalaman dan kualitas hidup. Hal tersebut dapat dilihat dari dimensi kesejahteraan psikologis yaitu kemandirian, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup dan penerimaan diri (Ryff & Singer, 2008).

Sebagai kepala keluarga, seorang *single mother* dituntut untuk mandiri dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga. *Single mother* harus bisa mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, mengatur keuangan, dan mengambil keputusan dalam keluarga. Begitupula, sebagai seorang ibu, *single mother* tak lepas dari kodrat perempuan yang mengasuh, mendidik, serta memberikan bekal berupa pengetahuan, pengalaman dan membangun mental anak-anak agar kelak dapat tumbuh menjadi anak-anak yang pandai dan bermoral.

Beberapa *single mother* yang bercerai memutuskan untuk berhubungan baik dengan mantan suami namun ada juga yang memilih untuk menghilangkan sosok ayah dalam pengasuhan terhadap anak. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Alvarado dan Vilchez (2015) pada *single mother* di Peru yang menjelaskan bahwa pada awalnya beberapa *single mother* mencoba untuk tetap melibatkan mantan suami dalam pengasuhan agar sosok “ayah” dalam diri anak tidak hilang, namun seiring berjalannya waktu beberapa *single mother* memutuskan untuk menyudahi hubungan mereka dengan mantan suami karena merasa takut apabila ternyata justru membawa dampak yang lebih negatif pada anak.

Seorang diri berjuang untuk membesarkan dan mendidik anak memang tidak mudah apalagi jika anak yang dimiliki berkebutuhan khusus. Penelitian Andrawina

(2017) tentang pengasuhan keluarga *single mother* terhadap anak berkebutuhan khusus, menemukan fakta jika mengasuh anak yang memiliki kebutuhan khusus harus dengan kesabaran dan penjelasan pelan agar anak dapat mengerti. Anak berkebutuhan khusus memiliki tingkat tumbuh kembang yang berbeda dengan anak normal. Perbedaan tersebut dapat dilihat dari kemampuan atau keberfungsian baik secara fisik maupun mental (Kristiana, & Widayanti, 2016). Anak berkebutuhan khusus mengalami hambatan, gangguan-gangguan, kelambatan atau memiliki resiko dalam mencapai perkembangan yang optimal (Assyari dalam Rahayuningsih & Rizki, 2017). Meskipun demikian, beberapa *single mother* tetap optimis dalam membesarkan anak bahkan tak jarang *single mother* berhasil mendidik anak yang berkebutuhan khusus menjadi berprestasi. Contohnya adalah Dewi Yull, seorang penyanyi sekaligus *single mother* yang sukses membesarkan anak berkebutuhan khusus tuna rungu. Surya Sahetapy yang merupakan anak ketiga dari Dewi Yull adalah salah satu anggota delegasi anak berkebutuhan khusus yang mewakili Indonesia dalam ajang IT di Bangkok. Selain itu ia juga mendapatkan kesempatan untuk bertemu dengan Ratu Elizabeth II dan Prince Philip, mewakili penyandang tuna rungu dari Indonesia (Meodia, 2014).

Salah satu jenis anak berkebutuhan khusus adalah disabilitas intelektual. Kunjotojo (2009) mendefinisikan disabilitas intelektual sebagai suatu kelainan atau kelemahan jiwa dengan tingkat inteligensi di bawah normal (subnormal) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). Disabilitas intelektual dibagi dalam empat kelompok yaitu disabilitas intelektual ringan skor *IQ* 69-50, disabilitas intelektual sedang skor *IQ* 49-35, disabilitas intelektual berat skor *IQ* 34-20, dan

disabilitas intelektual sangat berat *IQ* di bawah 20 (Maslim, 2013). Selain itu ciri terkait disabilitas intelektual dapat dilihat dari adanya hambatan dalam berbagai aspek seperti atensi yang kurang, perkembangan bahasa yang lambat dan terbatas, tidak dapat mengatur tingkah laku (*self regulation*), tidak dapat bersosialisasi dengan baik, dan kurangnya motivasi dalam menyelesaikan tugas yang menantang (Mangunsong, 2011).

Menurut versi Stanford Binnet, saat ini jumlah penyandang disabilitas intelektual sebanyak 2% ringan (*mild*), 0,5% sedang (*moderate*) dan 0,25% berat (*profound*) dari penduduk dunia. Perkiraan jumlah tersebut di Indonesia adalah 2,75% dari 280 juta, yaitu sekitar 7,7 juta (Latief, 2015). Kondisi disabilitas intelektual dalam masyarakat cukup memprihatinkan, mereka kerap tersisihkan dalam pergaulan dan kehidupan sehari-hari. Dalam keseharian, orang sering memandang bahwa penyandang disabilitas intelektual itu "aneh" atau "sakit" sehingga perlakuan untuk mereka juga berbeda sesuai dengan pandangan masyarakat umum (Tim Rehsos, 2015).

Anak disabilitas intelektual jelas berbeda jika dibandingkan dengan anak normal lainnya. Keterbatasan dalam kemampuan menangkap informasi cenderung menjadi stresor bagi anak disabilitas intelektual sehingga memunculkan perilaku *coping* berupa perilaku yang terkadang mengganggu bahkan merugikan orang lain. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Rahayu (2013) di SDLB Negeri Semarang, anak disabilitas intelektual ringan cenderung memiliki strategi *coping* yang berfokus pada pengelolaan emosi berbentuk *self-control* (memukul, mencubit, membanting barang, dan marah) dan *escape-avoidance* (menjahili teman, mencari

alasan, putus asa dengan berdiam diri, dan menangis). Strategi *coping* yang dilakukan dipengaruhi oleh faktor kognitif yaitu tingkat inteligensi. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan Sofinar (2012) di SLB YAPPAT Lubuk Sikaping yang mendapatkan hasil bahwa anak disabilitas intelektual sedang memiliki perilaku sosial seperti egois atau ingin menang sendiri, suka berbuat kerusakan, tidak bisa diam, dan senang berbuat keributan. Hal tersebut dibenarkan oleh Astaty (dalam Sofinar, 2012) yang menyatakan bahwa anak disabilitas intelektual sedang memiliki karakteristik beragam seperti kesulitan dalam semua mata pelajaran, mempunyai kebiasaan yang kurang baik, mudah teralihkan perhatiannya serta terbatasnya kemampuan dalam penyesuaian diri dengan lingkungan.

Anak disabilitas intelektual membutuhkan penanganan dini dan intensif untuk dapat mengoptimalkan perkembangan seperti melakukan pemeriksaan rutin dan konsultasi anak kepada dokter atau psikolog, merawat, membimbing, serta mengarahkan anak dalam belajar (Purnomo & Kristiana, 2016). Banyak hal yang harus diperhatikan perihal mengasuh anak disabilitas intelektual di antaranya pemilihan sekolah, melatih kemampuan berbahasa agar anak dapat berinteraksi dengan dunia sekitar, mengajari anak untuk aktif dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif seperti mengembangkan hobi anak, mengajari anak tentang perkembangan seksual seperti menstruasi atau mimpi basah, dan mempersiapkan masa depan anak dengan membekali anak mulai dari keterampilan-keterampilan hidup, cara berkomunikasi dengan baik, etika saat berada di tempat umum, ketepatan waktu hingga kemampuan berkarir pada pekerjaan yang sederhana (Anggrelika, 2015).

Mengasuh anak disabilitas intelektual diperlukan kesabaran, dan perjuangan. Tak jarang, stres dan cemas muncul pada diri orangtua dalam proses pengasuhan. Penelitian Gallagher, Phillips, Oliver, dan Carroll (2008) yang menyebutkan bahwa orangtua yang merawat anak-anak dengan disabilitas intelektual dilaporkan memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang tinggi dikarenakan adanya beban pengasuhan dan rasa bersalah dalam diri mereka. Menurut penelitian dari Prasa (2012) sumber stres orangtua dengan anak disabilitas intelektual adalah harapan-harapan yang pupus ketika sebelumnya orangtua memiliki harapan tertentu apabila anak mereka terlahir normal. Seringkali orangtua tidak memahami mengenai disabilitas intelektual sehingga mereka merasa bimbang terhadap kondisi anaknya dan mengalami konflik dalam diri karena keinginan dan harapan yang tidak terpenuhi untuk memiliki anak yang dapat dibanggakan dalam lingkungan sehingga terdapat ketidaksesuaian antara kenyataan dengan idealisme (Wijayani & Argiati, 2011).

Ketidaksesuaian antara harapan dan realita membuat orangtua dengan anak disabilitas intelektual membutuhkan waktu lebih untuk menerima keadaan anak. Orangtua yang belum mampu menerima kondisi anak cenderung merasa stres dalam mengasuh anak dengan disabilitas intelektual. Semakin rendah penerimaan orangtua terhadap anak disabilitas intelektual maka semakin tinggi stres pengasuhan yang dirasakan (Fernandes dalam Fitria, Poeranto, & Supriati, 2016).

Seorang istri rentan sekali untuk mengalami stres pengasuhan karenanya dukungan suami sangat berperan penting. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Purnomo dan Kristiana (2016) yang mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan



sosial yang diberikan suami maka semakin rendah stres pengasuhan yang dialami oleh istri yang memiliki anak disabilitas intelektual. Pentingnya dukungan suami ternyata tidak dapat dirasakan oleh seorang *single mother* apalagi dengan keadaan bercerai dengan pasangan. *Single mother* harus berjuang sendiri tanpa adanya suami dalam membesarkan anak dengan disabilitas intelektual. Meskipun tidak mendapatkan dukungan suami, stres pengasuhan yang dialami *single mother* dapat ditekan dengan adanya dukungan sosial yang didapatkan dari keluarga atau lingkungan. Penelitian Andrawina (2017) menyebutkan jika dukungan dari berbagai pihak dapat membuat *single mother* mengerti cara mengatasi kesulitan dalam mengasuh anak berkebutuhan khusus.

Memiliki peran sebagai *single mother* dengan anak disabilitas intelektual memberikan banyak pelajaran berharga. Meskipun tampak banyak duka yang dirasakan namun hal tersebut tidak membuat *single mother* menjadi putus asa. Seperti halnya Anna Rudhiantiana, meskipun berstatus sebagai *single mother*, namun ia tetap semangat untuk membesarkan anaknya. Anna pun sukses mendidik anaknya, Christian, menjadi seorang atlet berprestasi yang berhasil memenangkan medali emas pada cabang olahraga renang dalam Olimpiade Disabilitas Intelektual pada tahun 2011 di Yunani (Mandasari, 2017). Semua usaha yang dilakukan merupakan bukti bahwa seorang *single mother* ternyata mampu menjadikan anak berprestasi meskipun hanya seorang diri.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tergugah keingintahuannya untuk mengetahui dan memahami lebih lanjut bagaimana *single mother* mengasuh anak dengan kondisi disabilitas intelektual. Pendekatan penelitian ini menggunakan studi

fenomenologis yaitu IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*) dengan subjek penelitian yaitu *single mother* yang bercerai dan memiliki anak disabilitas intelektual. Pendekatan fenomenologis dipilih karena peneliti ingin memahami pengalaman pengasuhan *single mother* dengan anak disabilitas intelektual secara langsung.

### **B. Pertanyaan Penelitian**

Fokus penelitian yang akan diajukan dari latar belakang masalah adalah bagaimana pengalaman pengasuhan *single mother* yang memiliki anak disabilitas intelektual.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui dan memahami bagaimana pengalaman pengasuhan seorang *single mother* yang memiliki anak disabilitas intelektual.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis, sebagai berikut :

#### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis, psikologi keluarga, dan psikologi perkembangan.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi *single mother* yang memiliki anak disabilitas intelektual

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi dalam memahami pengalaman pada *single mother* yang memiliki anak disabilitas intelektual.

### b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik penelitian yang sama.

